



**Van jongs af aan vaardig in bewegen**

Een verkenning van de aandacht voor  
beweegvaardigheden in de kinderopvang

Annet Komen

Jo Lucassen



# **Van jongs af aan vaardig in bewegen**

Een verkenning van de aandacht voor beweegvaardigheden in de kinderopvang

**Annet Komen**  
**Jo Lucassen**

**Mulier Instituut**

*sportonderzoek voor beleid en samenleving*

*Postbus 85445 | 3508 AK Utrecht*

*Herculesplein 269 | 3584 AA Utrecht*

*T +31 (0)30 721 02 20 | I [www.mulierinstituut.nl](http://www.mulierinstituut.nl)*

*E [info@mulierinstituut.nl](mailto:info@mulierinstituut.nl) | T [@mulierinstituut](https://www.mulierinstituut.nl)*

# Inhoudsopgave

<b>Samenvatting</b>	<b>7</b>
<b>1. Achtergrond/aanleiding</b>	<b>9</b>
1.1 Doel	10
<b>2. Begripsafbakening</b>	<b>11</b>
<b>3. Theoretisch kader</b>	<b>13</b>
<b>4. Huidig niveau beweegvaardigheden van peuters en kleuters in Nederland</b>	<b>15</b>
<b>5. Kwaliteit en richtlijnen bewegactiviteiten binnen de kinderopvang</b>	<b>17</b>
5.1 Kwaliteitsmonitor kinderopvang	17
5.2 (Ervaren) rol pedagogisch medewerkers binnen de kinderdagopvang	18
<b>6. Factoren van belang voor de beweegvaardigheid van peuters en kleuters</b>	<b>21</b>
<b>7. Beschikbare erkende beweginterventies voor peuters en kleuters binnen de opvang</b>	<b>23</b>
<b>8. Conclusie</b>	<b>25</b>
<b>Referenties</b>	<b>29</b>



## Samenvatting

“Beweegprogramma’s voor kinderen onder de 6 jaar bevorderen”, is een van de maatregelen van het Nationaal Sportakkoord dat minister Bruno Bruins (VWS) in 2018 heeft gesloten met de sport, gemeenten en maatschappelijke organisaties en bedrijven. “Het is de eerste keer dat zoveel partijen zijn samengebracht om sportief Nederland te laten verenigen” (Rijksoverheid.nl, nieuwsbericht 29-06-2018).

De focus van het sportakkoord op het behouden van en investeren in een gezonde en actieve samenleving begint bij de jeugd. In het sportakkoord is daarom overeengekomen dat de partners inzetten op het ‘van jongs af aan vaardig zijn in bewegen’ door maatregelen gericht op het verbeteren van motorische vaardigheden van kinderen van 0 tot 12 jaar. De jongste kinderen van deze groep (de kinderen van 0 tot 6 jaar) gaan veelal naar de kinderdagopvang, waardoor een deel van de maatregelen ook expliciet gericht is op de kinderopvang. Om gericht (meer) beweegprogramma’s in de kinderopvang te implementeren, is het zinnig om het huidige aanbod en niveau van beweegactiviteiten voor peuters en kleuters binnen de formele kinderdagopvang te inventariseren.

Deze inventarisatie is uitgevoerd aan de hand van de volgende vragen:

- 1) Is het huidige niveau van beweegvaardigheden van peuters en kleuters in Nederland bekend?
- 2) Hoe zien de huidige beweegactiviteiten voor deze groep kinderen er binnen de formele dagopvang uit?
- 3) Welke (omgevings)factoren zijn belangrijk voor het ontwikkelen van beweegvaardigheden op jonge leeftijd?
- 4) Welke interventies zijn op dit moment beschikbaar en wat is de kwaliteit hiervan?

Uit de inventarisatie blijkt dat er weinig bekend is over het huidige beweegniveau van peuters en kleuters in Nederland. De Basisdataset onder beheer van de Jeugdgezondheidszorg bevat gegevens van de screenings die zijn gedaan binnen de consultatiebureaus, maar algemene informatie en analyses uit deze data zijn tot op heden nog niet beschikbaar. Ook zijn er zover onze kennis reikt geen andere resultaten uit onderzoeken bekend naar het vaardigheidsniveau van kinderen tussen de 0 en 6 jaar in Nederland.

Er bestaan (nog) geen richtlijnen of kwaliteitseisen met betrekking tot bewegen in de kinderdagopvang; mede hierdoor is het huidige beweegaanbod binnen de kinderdagopvang veelal niet georganiseerd. Pedagogisch medewerkers willen graag meer tijd besteden aan gerichte beweegactiviteiten, maar kennis en ervaring op het gebied van het aanbieden van bewegen ontbreekt, waardoor ze terughoudend zijn in het aanbod. Beweeginterventies blijken onder voorwaarden effect te hebben op het beweeggedrag binnen de opvang: wanneer de pedagogisch medewerkers gericht worden geschoold en begeleid, stijgt het aanbod en het plezier in bewegen bij de kinderen en bij de pedagogisch medewerkers.

Op dit moment zijn binnen de databanken Effectieve Jeugdinterventies en Erkende sport- en beweeginterventies vier interventies beschikbaar die specifiek zijn gericht op het stimuleren van motorische vaardigheden bij peuters en kleuters. Vier andere interventies richten zich naast bewegen ook op voeding en op het ontwikkelen van een gezonde leefstijl. Ondanks dat alle vier de beweeginterventies beoordeeld zijn als ‘goed onderbouwd’ ontbreken wetenschappelijke resultaten over het effect van de interventies op beweegvaardigheden en beweegniveau van kinderen.

Al met al is als trend zichtbaar dat de aandacht voor motorische ontwikkeling binnen de kinderopvang toeneemt, maar is (meer) onderzoek naar de beweegvaardigheid en het beweegniveau van kleuters en peuters nodig om landelijk en lokaal effectief beleid te kunnen ontwikkelen of aan te scherpen om zo de doelstellingen van het sportakkoord te behalen.



## 1. Achtergrond/aanleiding

Bij een analyse in de Rapportage Sport 2018 van de mate waarin kinderen in verschillende contexten deel kunnen nemen aan activiteiten gericht op het leren bewegen, werd geconstateerd dat er weinig zicht bestaat op de mate waarin hieraan aandacht wordt geschonken binnen de kinderopvang (Lucassen & Slot-Heijs, 2018). Dat terwijl de kinderopvang in verschillende vormen een belangrijke opvoedingscontext vormt voor jonge kinderen. Ruim 850.000 kinderen gingen in 2017 naar een van de bestaande vormen van formele kinderopvang, 470.000 naar de dagopvang, hetzelfde aantal naar de buitenschoolse opvang en ruim 150.000 kinderen werden opgevangen door gastouders. Meer dan de helft van deze kinderen is tussen de 0 en 4 jaar en gaat een of meer dagen in de week naar de dagopvang (NJI, 2018). Er lijkt echter een duidelijke ontwikkeling gaande in het landelijk beleid, dat steeds nadrukkelijker de betekenis erkent van vroegtijdige aandacht voor leren bewegen en sporten. In het in 2018 overeengekomen Nationaal Sportakkoord ligt de focus op het behouden van en investeren in een gezonde en actieve samenleving door het bevorderen van de beweeg- en sportactiviteit van alle Nederlanders. Het akkoord bestaat uit verschillende pijlers die gericht zijn op toegankelijkheid van bewegen, de aanbieders, de sportcultuur, de infrastructuur en beweegvaardigheden, dit laatste onder de noemer ‘Van jongs af aan vaardig in bewegen’. “Immers, wie op jonge leeftijd plezier ervaart in sporten en bewegen, ontwikkelt dikwijls een actieve leefstijl op latere leeftijd” (Nederlandse Sportraad e.a. 2018, pag. 5). Partijen binnen dit deelakkoord hebben afgesproken om de focus te leggen op alle kinderen in de leeftijd van 0 tot 12 jaar. Een deel van de voorgenomen maatregelen richt zich ook expliciet op de kinderopvang<sup>1</sup>.

Het akkoord sluit aan bij het advies ‘Plezier in bewegen’, samengesteld door de Nederlandse Sportraad, de Onderwijsraad en de Raad voor Volksgezondheid en Samenleving (Nederlandse Sportraad e.a., 2018). Dit advies is geschreven vanuit hun zorg over en hun visie op het huidige beweegklimaat in Nederland en gevolgen daarvan voor de jeugd en hun toekomst van bewegen. De adviezen zijn gericht tot iedereen die is betrokken bij en verantwoordelijk voor het sport- en beweegaanbod: scholen, sportverenigingen, kinderopvangorganisaties, gemeenten en de Rijksoverheid. De adviezen zijn primair gericht op het onderwijs<sup>2</sup>, maar de strekking van het derde advies reikt verder. Het derde en laatste advies is om een lokale samenwerking te vormen en dit te borgen onder gemeentelijke regie door bijvoorbeeld beweegteams op te richten binnen scholen, gecoördineerd door een vakleerkracht of

<sup>1</sup> Het betreft o.m.: intensiveren van de ontsluiting en toegankelijk maken van beweegprogramma's voor de kinderopvang; het ondersteunen en (financieel) stimuleren van sportaanbod op de buitenschoolse opvang; het vergroten van de kennis over de noodzaak van motorische ontwikkeling voor kinderen tot 6 jaar en het onderstrepen van het belang van sport en bewegen voor kinderen vanaf 6 jaar onder de professionals in de jeugdgezondheidszorg, de kinderopvang en de sportsector.

<sup>2</sup> Het eerste advies is het verscherpen van de wettelijke opdracht aan scholen en het toezichthouden op deze opdracht, wat inhoudt dat leerlingen in het primair en middelbaar onderwijs minimaal twee keer per dag matig intensief bewegen binnen de school waarbij school de ruimte heeft om dit naar eigen inzicht en activiteiten in te richten, maar waarop wel toezicht wordt uitgeoefend door de scholen.

Het tweede advies is het verruimen van de inzet van personeel en het benutten van inspirerende praktijkvoorbeelden, waardoor scholen en gemeenten vakleerkrachten kunnen 'delen' en onder de juiste supervisie ook andere experts een rol kunnen geven binnen het aanbieden van sport- en beweegactiviteiten.

buurtsportcoach, die structureel samenwerken met sport- en beweegaanbieders, kinderopvangcentra, buitenschoolse opvang, bedrijven en maatschappelijke organisaties.

Naast het bevorderen van het beweegaanbod ligt binnen het Nationaal Sportakkoord en het advies Plezier in bewegen ook een duidelijk accent op de ontwikkeling van beweegvaardigheden voor het krijgen en behouden van plezier in bewegen door het beschikken over de juiste competenties. Binnen het bewegingsonderwijs wordt hiervoor ingezet op meer uur bewegingsonderwijs van vakleerkrachten en het monitoren van de ontwikkeling via een leerlingvolgsysteem. Bij kinderen vindt echter al een grote ontwikkelslag plaats in de voorschoolse leeftijd door activiteiten thuis of bij de kinderdagopvang die niet gevolgd kunnen worden binnen een schoolsysteem. Omdat veel kinderen tussen 0 en 6 jaar een groot deel van de tijd in de kinderopvang doorbrengen, is het belangrijk dat we een beter beeld krijgen van het aanbod aan beweegactiviteiten en de mate waarin hier bewust aandacht wordt besteed aan de (motorische) ontwikkeling van kinderen.

Ook vanuit de gezondheidssector is de laatste jaren meer aandacht voor bewegen in de kinderopvang als onderdeel van het programma Gezonde Kinderopvang. De Gezonde Kinderopvang is een initiatief van het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport en het Ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid. Met de Gezonde Kinderopvang werken kinderopvangorganisaties structureel aan een gezonde leefstijl van kinderen en de deskundigheid van medewerkers. Kenniscentrum Sport, Nederlands Jeugdinstituut, Pharos, RIVM, TNO, VeiligheidNL en Voedingscentrum ontwikkelden in het kader van de gezonde kinderopvang Een Gezonde Start. Dit programma voor de kinderopvang behandelt gezond opvoeden van kinderen integraal en is gebaseerd op onderbouwde inzichten rond leefstijl, opvoeding, diversiteit en kinderopvang. Huis voor Beweging verzorgt samen met de kennisinstituten train-de-trainercursussen voor medewerkers in de kinderopvang die erop zijn gericht de aandacht voor de gezondheid en leefstijl van kinderen en medewerkers onderdeel te maken van de dagelijkse praktijk. Deelnemers die de scholing hebben afgerond krijgen een certificaat.

## 1.1 Doel

Met behulp van deze inventarisatie proberen we de kennis te verbreden en meer inzicht te verkrijgen in het huidige niveau en aanbod van beweegactiviteiten aan kleuters en peuters binnen de formele kinderdagopvang. De verschillende vragen die aan bod zullen komen zijn:

- 1) Is het huidige niveau van beweegvaardigheden van peuters en kleuters in Nederland bekend?
- 2) Hoe zien de huidige beweegactiviteiten voor deze groep kinderen er binnen de formele dagopvang uit?
- 3) Welke (omgevings)factoren zijn belangrijk voor het ontwikkelen van beweegvaardigheden op jonge leeftijd?
- 4) Welke interventies zijn op dit moment beschikbaar en wat is de kwaliteit hiervan?

## 2. Begripsafbakening

### (Fundamentele) motorische vaardigheden

Motorische vaardigheid of beweegvaardigheid van kinderen kan worden omschreven als de mate van beheersing van verschillende motorische basisvaardigheden. Deze basisvaardigheden worden in de literatuur veelal ingedeeld in locomotor-, manipulatieve en balansvaardigheden. In Nederland spreken we echter vaak van grove en fijne motorische vaardigheden. Deze verschillende begrippen overlappen elkaar op veel punten: locomotorvaardigheden zijn grove motorische vaardigheden zoals lopen, rennen en springen; vaardigheden die kinderen in staat stellen zich te verplaatsen in de ruimte. Vaardigheden waarbij een object/voorwerp gemanipuleerd wordt (blokje vasthouden, stapelen, aan-/uitkleden, gooien, vangen, enz.) zijn veelal fijne motorische vaardigheden. De derde categorie, balansvaardigheden, bestaat uit zowel grove als fijne motorische vaardigheden (onder andere op één been blijven staan en landen na springen).

Omdat al deze motorische vaardigheden noodzakelijk zijn voor het uitvoeren van complexe beweeg- en sportvaardigheden, worden ze *fundamentele* beweegvaardigheden genoemd (*fundamental motor skills - fundamental movement skills*, FMS). Fundamentele beweegvaardigheden zijn een belangrijk onderdeel van de *physical literacy*. *Physical literacy* refereert aan individuele mogelijkheden om met de juiste kennis, begrip, motivatie, zelfvertrouwen en fysieke competentie ‘een leven lang’ deel te nemen aan diverse beweegactiviteiten (Whitehead, 2010; Steenbergen, 2017; Kwartiermakersgroep, 2018). Het goed beheersen van de fundamentele motorische vaardigheden op jonge leeftijd is positief gerelateerd aan de mate en intensiteit van bewegen als het gaat om ‘een leven lang sporten’. Meer bewegen op jonge leeftijd leidt namelijk tot betere FMS/beweegvaardigheden, waarbij de hoeveelheid matige tot intensieve activiteit van een kind van 3,5 jaar het niveau van FMS van een 5-jarige kan voorspellen (Barnett, Salmon & Hesketh, 2016). Andersom leidt een betere beheersing van de FMS tot meer bewegen en tot meer plezier in bewegen (Loprinzi, Davis & Fu, 2015; Robinson et al., 2015). Belangrijk is dat het begrip fundamentele motorische vaardigheden gaat over de beheersing van beweegvaardigheden en niet over de hoeveelheid of de intensiteit van bewegen.



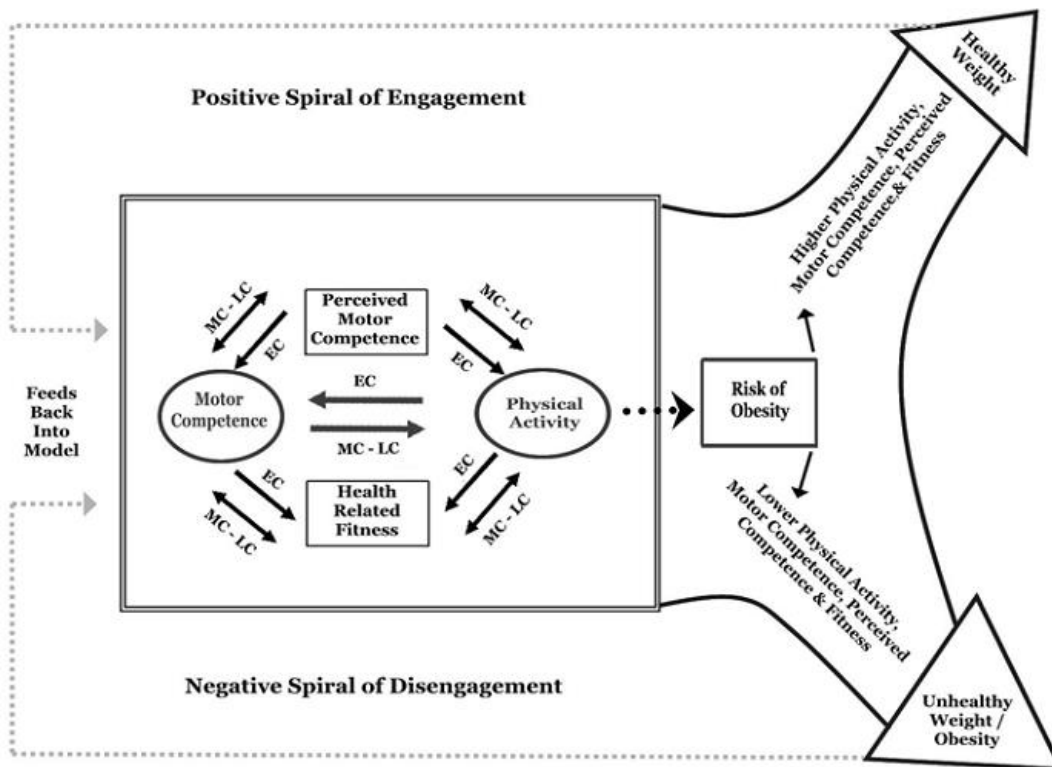
### 3. Theoretisch kader

Ruim 850.000 kinderen gaan jaarlijks naar de formele kinderopvang; meer dan de helft van deze kinderen is tussen de 0 en 4 jaar en gaat een of meer dagen in de week naar de dagopvang (NJI, 2018). Het aantal kinderen in de opvang stijgt elk jaar gestaag, waarbij kinderen gemiddeld bijna 60 uur per maand doorbrengen in de opvang. Kinderen tussen 0 en 4 jaar brengen gemiddeld 72 uur per maand door in de kinderdagcentra of bij gastouders. Observatieve studies in Nederland (Gubbels et al., 2011), maar ook in Australië (Ellis, Cliff, Janssen, Jones, Reilly & Okely, 2016) laten zien dat kinderen het grootste deel (bijna 50%) van de tijd in de dagopvang zittend doorbrengen en nog geen 20 procent van de tijd fysiek actief zijn. Op het gebied van bewegen en daarmee het verbeteren van fundamentele motorische vaardigheden van peuters en kleuters is binnen de kinderdagopvang verbetering mogelijk.

Omdat veel peuters en kleuters veel tijd doorbrengen in de formele dagopvang is het belangrijk dat daar voldoende aandacht wordt besteed aan de ontwikkeling van fundamentele beweegvaardigheden. De motorische vaardigheid van kinderen van 5 jaar hangt volgens het onderzoek van Barnett et al. (2016) samen met de hoeveelheid matige en intensieve activiteit waaraan het kind op 3,5 jarige leeftijd deelneemt. Om kinderen vaardig te maken over de volle breedte van fundamentele motorische vaardigheden, moet het kind niet alleen aangemoedigd worden veel te bewegen, maar moet ook bewust gestuurd worden op kwaliteit van het spel (Barnett et al. 2016 ). Alleen veel rennen bijvoorbeeld, zal leiden tot goede locomotorvaardigheden, maar zal niet leiden tot betere manipulatieve of balansvaardigheden. Hier moet bewust op worden ingezet tijdens de verschillende activiteiten (Queiroz, Ré, Henrique, Moura & Cattuzzo, 2014).

De resultaten van genoemde studies geven het belang aan van het besteden van voldoende aandacht aan de motorische ontwikkeling van peuters en kleuters. Kinderen die meer motorisch vaardig zijn, zullen meer plezier hebben in bewegen, zich competenten voelen en daardoor meer gaan bewegen en hun motorische vaardigheden verder ontwikkelen (Stodden et. al., 2008, Bailey, 2013, figuur 3.1).

**Figuur 3.1 Relatie fundamentele motorische vaardigheden, lichamelijke activiteit, gewicht, ervaren motorische vaardigheden en gezondheid gerelateerde fitheid gedurende de kindjaren<sup>3</sup>**



Bron: Stodden et al., 2008.

Naast de ontwikkeling van de fundamentele beweegvaardigheden, heeft voldoende bewegen ook positieve effecten op de gezondheid (Janssen & LeBlanc, 2010) en de cognitieve en sociale ontwikkeling van kinderen (Singh, Saliasi, Van den Berg, Uijtdewilligen, De Groot, Jolles, ... & Ericsson, 2018). Vanaf de leeftijd van 6 jaar is een relatie zichtbaar tussen motorische vaardigheden, bewegen en overgewicht (Drenowatz, 2017). Een goede beweegvaardigheid draagt bij aan de mogelijkheden om deel te nemen aan beweegactiviteiten en sport en legt een basis om het ‘leven lang’ met plezier te (blijven) bewegen; jongeren die als 6-jarige goede motorische vaardigheden hadden, gaven als 16-jarige aan nog steeds vaardige bewegers te zijn (Lloyd, Saunders, Bremer & Tremblay, 2014; Vlahov, Baghurst & Mwavita, 2014) en waren als 26-jarige ook actiever in hun vrije tijd dan leeftijdsgenoten die als 6-jarige minder goede bewegers waren (Lloyd et al., 2014).

Dit onderzoek maakt duidelijk dat er verbanden bestaan tussen de ontwikkeling van voldoende motorische vaardigheden op jonge leeftijd en de beweegparticipatie en een gezonde leefstijl later. Een omvattende theorie die deze verbanden op een inzichtelijke manier verklaart is momenteel nog niet voorhanden. Op dit vlak zijn belangrijke verbeteringen mogelijk.

<sup>3</sup> EC, MC, LC in figuur 3.1 verwijst naar *early childhood*, *middle childhood* en *late childhood*

## 4. Huidig niveau beweegvaardigheden van peuters en kleuters in Nederland

Om inzicht te krijgen in het huidige niveau van beweegvaardigheden van peuters en kleuters in Nederland, is er nagegaan of er rapporten dan wel onderzoeken zijn met deze gegevens. In 2019 heeft het RIVM onderzoek gedaan naar het beweeggedrag van baby's en peuters omdat hierover betrekkelijk weinig bekend is (Kenniscentrum Sport 2018). Bronnen van al beschikbare gegevens vormen de Basisdataset van de Jeugdgezondheidszorg (JGZ), beheerd door Jeugd in Beeld (JIB, Nederlands Centrum Jeugdgezondheidszorg), en de Kindermonitors uitgevoerd door GGD's. De Basisdataset bevat gegevens van de testen die binnen de consultatiebureaus worden afgenomen, waaronder de motorische test voor kleuters en peuters: de Van Wiechen-ontwikkelingstest. Deze data zijn op het moment van schrijven nog niet toegankelijk voor analyse, maar dit is wel de intentie voor de toekomst.

De Kindermonitors zijn gebaseerd op online vragenlijsten voor ouders en bieden inzicht in de gezondheid, leefstijl en het welbevinden van hun kinderen. De inhoud van de vragenlijst van een Kindermonitor is een richtlijn en kan door een gemeente naar eigen inzicht en visie worden aangepast. In de Kindermonitor wordt geen aandacht besteed aan de motorische vaardigheden van kinderen; de vragenlijst richt zich op de hoeveelheid van bewegen van kinderen van 0 tot en met 12 jaar.

Om binnen gemeenten de gezondheidssituatie van de jeugd in kaart te brengen, wordt voor kinderen van 0 tot en met 12 jaar elke vier jaar de Kindermonitor gebruikt. Van vijf regio's zijn de rapporten toegankelijk: Kennemerland (2018), Gelderland-Zuid (2017), Twente (2017), Noord-Holland-Noord (2016) en IJsselland (2013/2014). Omdat de gemeenten de vragenlijsten (deels) naar eigen visie aan kunnen passen, verschilt de aanpak tussen de regio's iets en komen uit elke monitor niet dezelfde gegevens naar voren. Over het algemeen blijken veel kinderen regelmatig te bewegen, regelmatig buiten te spelen en lid te zijn van een sportclub.

in IJsselland haalt 41 procent van de kinderen tussen 0 en 6 jaar niet de norm van minimaal zeven uur per week matig tot intensief actief bezig zijn<sup>4</sup>. Veel beweegtijd wordt behaald tijdens het buitenspelen: door 70 procent van de kinderen tussen de 0 en 6 jaar wordt in alle vijf de regio's meer dan 3,5 uur per week, of meer dan drie keer per week buiten gespeeld. Een minderheid, een derde van de kinderen tot 8 jaar, gaat lopend of op de fiets naar school. Van de oudere kinderen binnen de opvang, voldoet in Noord-Holland-Noord (2016) 80 procent van de kinderen tussen de 4 en 12 jaar aan de beweegnorm. Ook in IJsselland (2013/2014) en Kennemerland (2018) haalt 80 procent de kinderen tussen 6 en 12 jaar deze norm.

In IJsselland is 44 procent van de 0- tot 6-jarigen lid van een sportclub. In Noord-Holland-Noord gaat 41 procent van de kinderen tussen 2 en 4 jaar minimaal een keer in de week zwemmen, gymmen of doet mee aan activiteiten als bewegen op muziek. Van de kinderen tussen de 4 en 7 jaar is 60 procent van de kinderen in Gelderland-Zuid en in Twente lid van een sportclub.

<sup>4</sup> N.B.: voor de 0-4-jarigen is geen beweegerichtlijn of norm bepaald. In deze onderzoeken wordt de norm voor 4-12-jarigen toegepast.





## 5. Kwaliteit en richtlijnen beweegactiviteiten binnen de kinderopvang

Omdat kinderen veel tijd doorbrengen binnen de kinderopvang, kan deze instelling een belangrijke rol spelen in de gezonde ontwikkeling van kinderen. Het is belangrijk dat de opvang van voldoende kwaliteit is, zodat kinderen zich veilig voelen en ruimte en begeleiding krijgen om zich te ontwikkelen. Om de kwaliteit te waarborgen, voert de GGD (onaangekondigd) jaarlijks inspectie uit bij elke opvang, waarna op advies van de GGD de gemeente kan besluiten om al dan niet maatregelen te treffen. In de wet kinderopvang zijn geen beweegerichtlijnen opgenomen. Dit kan een belangrijke reden zijn dat beweegerichtlijnen vaak niet in het beleid van de kinderopvangcentra zijn opgenomen. Dit onderdeel wordt daarom niet uitgebreid meegenomen in de kwaliteitscontrole van de kinderopvangcentra. Ook het boek 'De Nederlandse kinderopvang in wetenschappelijk perspectief' (Fukkink et al., 2017) gaat niet in op beweegactiviteiten en motorische ontwikkeling van kinderen binnen de kinderopvang in Nederland. Gegevens over de kwaliteit van de kinderopvang met betrekking tot bewegen zijn dan ook schaars. De recent gestarte Landelijke Kwaliteitsmonitor Kinderopvang heeft in zijn onderzoeksprogramma wel een klein onderdeel over motorische exploratie en buitenspelen opgenomen.

### 5.1 Kwaliteitsmonitor kinderopvang

Naast de individuele en gemeentelijke kwaliteitsinspecties voor de kinderopvang van de GGD, is er ook een landelijke kwaliteitscontrole van de kinderopvang. Voorheen werd deze kwaliteitscontrole op kinderopvang/gastouders/peuteropvang/bsso uitgevoerd door Nederlands Consortium Kinderopvang Onderzoek (NCKO). In dit onderzoek is wel een onderdeel gezondheid en activiteiten opgenomen, maar de vragen richten zich niet op beweegactiviteiten en zijn vooral gericht op gezondheid, preventie en risicoanalyse voor ziektes.

Sinds 2017 is een consortium van de Universiteit Utrecht en Sardes verantwoordelijk voor de kwaliteitscontrole onder de naam Landelijke Kwaliteitsmonitor Kinderopvang (LKK). Dit consortium heeft een uitgebreid onderzoeksprogramma ontwikkeld om de kwaliteit van de opvang in Nederland te testen. Het oude programma is uitgebreid met testen die vergelijkbaar zijn of overeenkomen met testen in het buitenland, zodat de Nederlandse centra op langere termijn vergeleken kunnen worden met testen in het buitenland. Daarbij hebben ze vragen opgenomen naar activiteiten gericht op de motorische ontwikkeling van kinderen. De LKK staat echter aan het begin van een 3-jarig traject (met mogelijke verlenging tot 8 jaar) en recent is het eerste onderzoeksrapport gepubliceerd dat is gebaseerd op een relatief kleine steekproef (47 kinderdagverblijven, 30 peuteropvangorganisaties en 50 gastoudergezinnen) (Slot et al., 2017).

Aan de pedagogisch medewerkers binnen de verschillende opvangvormen zijn vragen voorgelegd over de activiteiten die met de kinderen bij hun organisatie worden gedaan. De beweegactiviteiten waren gericht op de fijne en grove motoriek van de kinderen. De genoemde activiteiten gaan over knutselen (knippen en plakken, zagen en timmeren, breien), dansen of gymnastiek (zelf of met instructies) en deelname aan een vaste beweegactiviteit (binnen de opvang of bij een club). In tabel 5.1 staan de door de medewerkers gerapporteerde gemiddelde scores van de mate waarin de activiteiten plaatsvinden binnen verschillende soorten van opvang (op een schaal van 1 '(bijna) nooit' tot 7 'minstens twee keer per dag').

Zoals de tabel laat zien zitten er grote verschillen in het gemiddelde voor de verschillende vormen van opvang, maar ook tussen diverse opvanglocaties in dezelfde categorie. De indeling van antwoordmogelijkheden voor beweegactiviteiten is bovendien relatief grof (op een schaal van 1 tot 7 variërend van ‘nooit’, ‘minder dan 2 keer per maand’, ‘2-3 keer per maand’, ‘elke week’, ‘2-4 keer per week’, ‘elke dag’ tot ‘minstens 2 keer per dag’) en er wordt niet gevraagd naar de hoeveelheid tijd die aan de activiteiten wordt besteed, anders dan het aantal activiteiten per maand/dag. Dit wordt niet nader gespecificeerd tot bijvoorbeeld twee keer tien minuten of een keer één uur.

Binnen de kinderdagopvang wordt, in vergelijking met andere opvangvormen, gemiddeld het meest aandacht besteed aan ‘exploratie motorische ontwikkeling’ (2-4 keer per week), maar in alle vormen zijn veel uitschieters naar boven en beneden. De resultaten op basis van de relatief kleine steekproef suggereren volgens de LLK een voldoende goede kwaliteit van opvang met een relatief sterke oriëntatie op exploratief en sociaal spel. Het vervolgonderzoek zal uitwijzen in hoeverre dit een realistisch beeld is.

**Tabel 5.1 Aanbod van beweegactiviteiten binnen verschillende opvangvormen volgens pedagogisch medewerkers in 2017**

Activiteitenaanbod	N	Gemiddeld	Spreiding*
<b>Kinderdagopvang</b>			
Exploratie motorische ontwikkeling	47	5.41	4.17-6.83
Samenspel	47	5.06	2.00-6.80
Buitenactiviteiten en uitstapjes	44	3.07	1.38-4.38
<b>Peuteropvang</b>			
Exploratie motorische ontwikkeling	30	4.71	2.67-7.00
Samenspel	30	5.04	3.40-7.00
Buitenactiviteiten en uitstapjes	29	2.73	1.56-4.75
<b>Gastoudergezinnen</b>			
Exploratie motorische ontwikkeling	50	5.03	3.00-6.83
Samenspel	50	4.90	2.60-7.00
Buitenactiviteiten en uitstapjes	50	3.50	1.14-5.00

\* Schaal van 1 tot 7: ‘nooit’, ‘minder dan 2 keer per maand’, ‘2-3 keer per maand’, ‘elke week’, ‘2-4 keer per week’, ‘elke dag’ of ‘minstens 2 keer per dag’.

Bron: Slot et al., 2017. Bewerking: Mulier Instituut.

## 5.2 (Ervaren) rol pedagogisch medewerkers binnen de kinderdagopvang

Pedagogisch medewerkers geven aan het belangrijk te vinden dat kinderen voldoende bewegen, maar zijn in de veronderstelling dat kinderen ‘van nature’ actief genoeg zijn (Overbeek, Bakker, De Vries & Hopman-Rock, 2005; Wilke, Gubbels, Mulder & Kremers, 2012; Wilke, Opendakker, Kremers & Gubbels, 2013). Dit, in combinatie met het veelal ontbreken van een activiteitenprogramma en richtlijnen over beweegactiviteiten in het beleid, maakt dat ze zich niet verantwoordelijk voelen voor het organiseren van meer beweegactiviteiten. Hoewel de pedagogisch medewerkers aangeven dat het fijn is dat kinderen hun energie kwijt kunnen tijdens activiteiten en ze het vaak ook leuk vinden om actief bezig te zijn met de kinderen, vormt gebrek aan kennis over beweegactiviteiten (en veiligheid) een belangrijke

reden voor terughoudendheid in het aanbieden en stimuleren van activiteiten. Pedagogisch medewerkers gaven in het verleden al aan dat ze graag beter opgeleid willen worden over (het belang van) bewegen en fysieke ontwikkeling van kinderen (Overbeek et al., 2005). Over de huidige stand van zaken op dit punt is niets bekend.

In verschillende interventiestudies is geconcludeerd dat het trainen van pedagogisch medewerkers binnen de opvang leidt tot verbetering van de hoeveelheid bewegen binnen de opvang. Ook de motivatie van de kinderen om te bewegen was zichtbaar hoger (Mehtälä, Sääkslahti, Inkinen & Poskiparta, 2014). Het effect van het inzetten van een opgeleide gymleerkracht is naast een hogere motivatie van de kinderen ook zichtbaar in het niveau van motorische vaardigheden van kleuters (De Schipper, Deerenburg, Bouthoorn & Toussaint, 2014). Bij kinderen die in groep drie kleutergym hadden gehad van een gymleerkracht werd een voorsprong in motorische ontwikkeling van bijna drie maanden gemeten ten opzichte van leeftijdsgenootjes die les hadden gehad van een groepsleerkracht. Deze winst kan misschien verder worden vergroot wanneer ook pedagogisch medewerkers al in de voorschoolse periode binnen de dagopvang opgeleid zijn om bewegen en fundamentele vaardigheden te stimuleren.

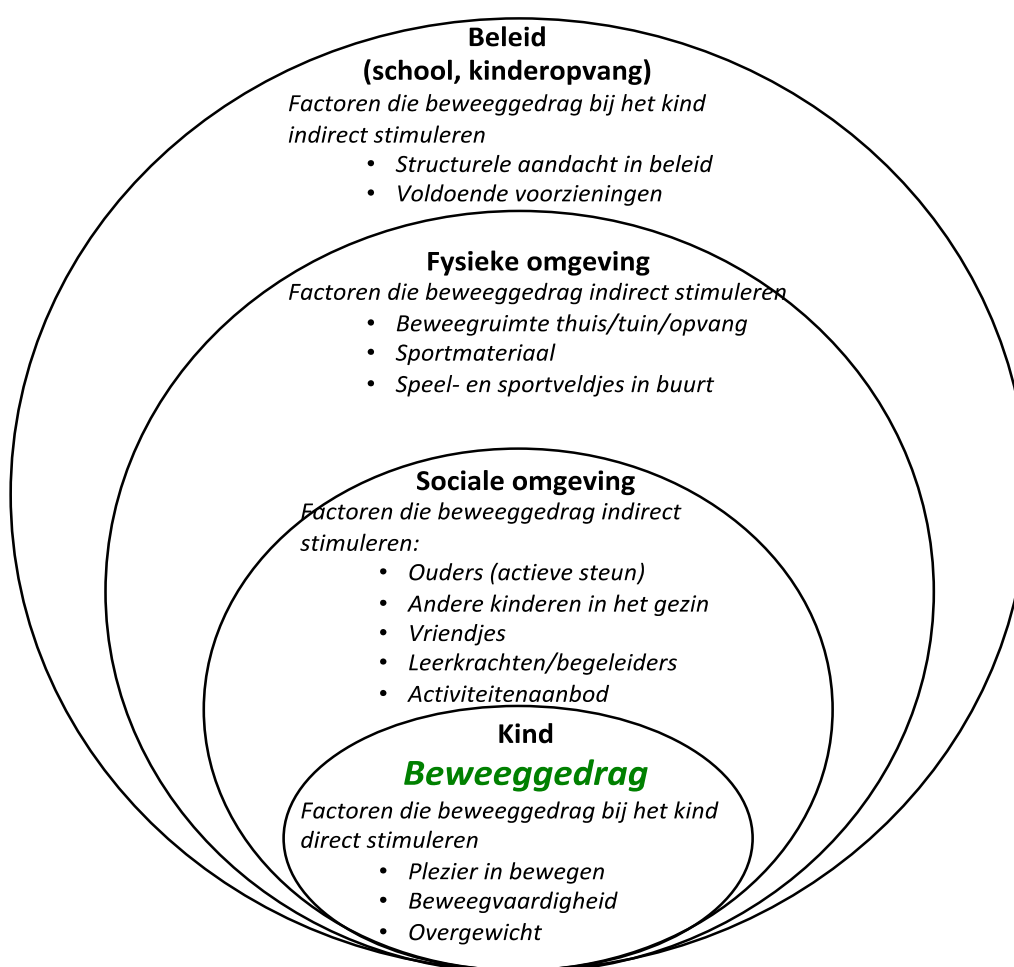
Pedagogisch medewerkers geven verder aan dat naast hun eigen inzet de rol van ouders belangrijk is om bewegen te bevorderen, zoals het betrekken van ouders bij de organisatie van activiteiten binnen de opvang, maar ook het stimuleren van bewegen thuis. Ook het voorzien in juiste kleding en schoeisel van de kinderen door ouders is hierbij belangrijk zodat kinderen in geschikt materiaal kunnen bewegen wanneer ze naar de opvang gaan.



## 6. Factoren van belang voor de beweegvaardigheid van peuters en kleuters

Peuters en kleuters zijn van zichzelf meestal erg actief en willen graag ontdekken en proberen. Diverse onderzoeken hebben gekeken naar de factoren binnen de kinderopvang die van invloed zijn op het beweeggedrag van kinderen (Gubbels et al., 2011; Gubbels, Van Kann & Jansen, 2012; Gubbels, Van Kann, De Vries, Thijs & Kremers, 2014;). Deze factoren kunnen worden geordend volgens het sociaal-ecologisch ontwikkelingsmodel van Bronfenbrenner (1979, figuur 6.1).

**Figuur 6.1 Sociaalecologisch model van factoren van invloed op beweeggedrag van peuters en kleuters**



Bron: Bronfenbrenner, 1979. Bewerking: auteurs.

Met name de fysieke omgeving speelt een belangrijke rol, waarbij de grootte van de speelplek bepalend is. De ratio speeloppervlak/kind is daarbij onder andere van belang: hoe meer ruimte een kind heeft/ervaart om te spelen, hoe actiever het zal zijn (Gubbels et al., 2011). Ook de mogelijkheden binnen die speelplek wat betreft materiaal en regels leiden tot meer of minder bewegen (Gubbels et al., 2012): loopauto's leiden op een groter oppervlak tot meer beweging, maar op een kleinere speelplek en met name binnen leiden ze juist tot inactiever gedrag. Ook schommels, glijbanen en

zandbakken leiden tot minder activiteit van kinderen omdat er steeds maar een kind tegelijk kan schommelen of glijden en er dus steeds relatief veel wachttijd is. Op een speelplek waar ballen, springmaterialen en een gestructureerd parcours beschikbaar zijn, zijn kinderen met name buiten, maar ook binnen, veel actiever (Gubbels et al., 2012). Ook wisselingen in de omgeving (een andere speeltuin of een park) of ander speelmateriaal stimuleert kinderen (tijdelijk) om meer te bewegen.

Stimulansen vanuit de sociale omgeving hebben veel invloed op het beweeggedrag van kinderen (Gubbels et al., 2011). Wanneer kinderen worden aangemoedigd en ondersteund om te bewegen en nieuwe dingen uit te proberen, zullen ze ander beweeggedrag vertonen dan wanneer pedagogisch medewerkers of ouders deze stimulans niet bieden (Remmers et al., 2014). Leeftijdsgenootjes kunnen hierbij helpen (Gubbels et al., 2011). Een grotere betrokkenheid van anderen helpt kinderen nieuwe uitdagingen te zoeken, nieuwe dingen te proberen en daarmee hun beweegvaardigheden te verbeteren. Belangrijk onderdeel van die steun is niet alleen letterlijk fysieke steun bieden, maar ook de hoeveelheid regels beperken en het kind het vertrouwen en de vrijheid geven om binnen een veilige omgeving te proberen en te ontdekken. Naast het vrij spelen, heeft het aanbieden van gestructureerde activiteiten en het actief meespelen met de kinderen veel invloed (Gubbels et al., 2011). Op deze manier kunnen kinderen gericht bezig zijn met of gestuurd gestimuleerd worden op specifieke beweegvaardigheden.

## 7. Beschikbare erkende beweeginterventies voor peuters en kleuters binnen de opvang

Om een gezondere leefstijl en het inperken van overgewicht onder kinderen te promoten zijn diverse interventies ontwikkeld om kinderen gezonder te laten eten en meer te laten bewegen. In Nederland worden deze interventies, op verzoek, gecontroleerd door de Erkenningcommissie Interventies in samenwerking met verschillende kennisinstituten. De erkende jeugdinterventies zijn terug te vinden in de databank van het Nederlands Jeugdinstituut (NJI), de erkende sport- en beweeginterventies in de desbetreffende databank van Kenniscentrum Sport. Het valt op dat de meeste interventies beoordeeld zijn als 'duidelijk beschreven' of 'goed onderbouwd' maar dat onderzoeksresultaten over de effectiviteit nagenoeg volledig ontbreken.

In beide databanken staan diverse interventies gericht op beweegvaardigheden van peuters en kleuters. Een aantal daarvan richt zich op het stimuleren van beweegvaardigheden buiten school (bijvoorbeeld Nijntje beweegdiploma). De interventies gericht op de ontwikkeling van beweegvaardigheden binnen de kinderopvang zijn samengevat in tabel 7.1. Beweegkriebels, Peuterspel en Uk en Puk trainen de pedagogisch medewerkers binnen de opvang om zelf activiteiten aan te kunnen bieden om zo bewust activiteiten aan te bieden die gericht zijn op de ontwikkeling van vaardigheden, maar ook om het bewegen binnen de opvang tot een dagelijkse gewoonte te maken. Dit leidt tot geschoolde pedagogisch medewerkers die zich bewust zijn van het belang van bewegen en ook de kennis hebben om dit uit te dragen naar de praktijk.

Een ander deel van de beschikbare gezondheidsinterventies richt zich naast het verbeteren van de fitheid van kinderen, voornamelijk op gezond eten (meer fruit eten, water drinken in plaats van gezote drankjes, enz.). Een overzicht van de interventies ontwikkeld voor de dagopvang is samengevat in tabel 7.2. Kinderen worden gedurende deze interventies gestimuleerd om te bewegen en de eerste onderzoeksresultaten laten zien dat kinderen na de interventie ook meer blijven bewegen, maar dat de activiteiten niet direct zijn gericht op het ontwikkelen van (nieuwe) beweegvaardigheden.

Ondanks de hoeveelheid en de veelzijdigheid van mogelijke interventies om bewegen te stimuleren binnen de kinderopvang, zijn (nog) niet alle kinderdagverblijven hier mee bezig. De Gelderse sportfederatie (B-fit-4) en de gemeente Rotterdam (Gezonde start) hebben interventies om gezond gedrag te stimuleren wel breed binnen de kinderopvang uitgezet en gemonitord, met de eerste positieve resultaten met betrekking tot terugdringen van overgewicht en bevorderen van beweeggedrag als gevolg. Onlangs zijn ook de eerste positieve resultaten bekendgemaakt van een wetenschappelijke interventie op Amsterdamse 'voorscholen'. Met behulp van scholing van de pedagogische medewerkers volgens 'de gezonde start' en aanpassingen op het schoolplein worden kinderen en de medewerkers uitgedaagd gezond te eten en te drinken en meer te bewegen op het schoolplein (de Volkskrant, nieuwsbericht 25-02-2019). Dit is in lijn met resultaten uit het buitenland: de hoeveelheid wetenschappelijk geïmplementeerde interventies is laag, maar de resultaten van die interventies laten zien dat het beweeggedrag en het niveau van beweegvaardigheden van kinderen binnen de kinderopvang is verbeterd (Veldman, Jones & Okely, 2015; Wick et al., 2017). Dit biedt perspectief op verbetering door het op grotere schaal implementeren van beweeginterventies binnen de kinderopvang.

**Tabel 7.1 Erkende interventies gericht op motorische ontwikkeling binnen de kinderopvang**

<b>Interventie</b>	<b>Leeftijd</b>	<b>Doel</b>	<b>Betrokkenen</b>	<b>Keurmerk*/Resultaten</b>
<i>Beweeg-kriebels</i>	0 tot 4 jaar	Beweeggedrag verbeteren door kennis, bewustzijn, betrokkenheid en plezier	Getrainde professionals (binnen opvang en betrokken organisaties), ouders	Goed onderbouwd. Meer aandacht voor bewegen binnen de opvang en thuis door scholing en bewustzijn
<i>Beweeg Wijs</i>	0 tot 12 jaar	Bevorderen van bewegen tijdens het spelen, gecombineerd met cognitieve uitdagingen.	Uitgevoerd op de kdv door speelbegeleiders van Beweeg Wijs	Goed onderbouwd.
<i>Peuterspel</i>	2,5 tot 4 jaar	Veel, gevarieerd en veilig bewegen binnen de opvang om motorische ontwikkeling te stimuleren	Beweegconsulent, pedagogisch medewerkers en ouders	Goed onderbouwd.
<i>Uk en Puk</i>	0 tot 4 jaar	Kinderen op gebied van taal, emotionele, zintuiglijke en motorische ontwikkeling nieuwe vaardigheden leren die aansluiten bij de SLO-doelen	Getrainde pedagogische medewerkers binnen de opvang, ouders	Goed onderbouwd.

\* Effectieve Jeugdinterventies/Databank erkende sport- en beweeginterventies Kenniscentrum Sport.

**Tabel 7.2 Erkende interventies gericht op gezond gedrag en overgewicht binnen de kinderopvang**

<b>Interventie</b>	<b>Leeftijd</b>	<b>Doel</b>	<b>Betrokkenen</b>	<b>Keurmerk*/ Resultaten</b>
<i>Aanpak gezonde kinderopvang/ Gezonde start</i> (RIVM en Voedingscentrum)	0 tot 12 jaar	Gezond gedrag bevorderen door gezonder eten en meer bewegen binnen een veilige omgeving	Pedagogisch medewerkers en ouders	Goed onderbouwd. Pedagogische medewerkers zijn bewuster bezig met bewegen en gezonder eten en drinken.
<i>B-fit-4</i> (Gelderse sportfederatie)	2 tot 4 jaar	Preventie van overgewicht door focus op fitheid	B-fit coaches, pedagogisch medewerkers en lokale sportaanbieders	Effectief volgens eerste aanwijzingen. Afname percentage kinderen met overgewicht.
<i>FitGaaf!</i>	2 tot 12 jaar	Inzicht krijgen in gezond gedrag met behulp van verschillende subdoelen over eten en drinken en bewegen	Pedagogisch medewerkers en ouders (kan ook thuis, zonder kdv)	Goed onderbouwd. Twee derde van de kinderen bewoog meer na de interventie
<i>Lekker fit!</i> (JOGG)	2 tot 12 jaar	Gezond gedrag bevorderen door gezonder eten, meer water drinken en meer bewegen	Gemeentes, bedrijven, scholen, kdvs en ouders	Goed onderbouwd. Daling van overgewicht kinderen 4-12 jaar in de gemeente Rotterdam

\* Effectieve Jeugdinterventies/Databank erkende sport- en beweeginterventies Kenniscentrum Sport.



## 8. Conclusie

Met behulp van deze inventarisatie hebben we informatie verzameld om meer inzicht te verkrijgen in het huidige aanbod aan en niveau van beweegactiviteiten bij kleuters en peuters binnen de formele kinderopvang. De belangrijkste bevindingen geven we in deze conclusie weer.

Het eerste doel was inzicht verkrijgen in het huidige niveau van beweegvaardigheden van de peuters en kleuters in Nederland. Hier is geen duidelijk beeld van te geven omdat systematisch (vergelijkend) onderzoek en data-analyse van de motorische vaardigheden van kleuters en peuters in Nederland op dit moment ontbreken. Het Nederlands Centrum voor Jeugdgezondheidszorg beschikt over een grote database (de Basisdataset) met gegevens vanuit de consultatiebureaus, onder andere over de motorische ontwikkeling van kinderen, maar analyse van deze gegevens is op het moment van schrijven nog niet mogelijk.

De hoeveelheid bewegen binnen de kinderopvang is wel op kleinere schaal onderzocht (Gubbels et al., 2011), en ook diverse gemeenten en GGD's monitoren dit voor de jeugd van 0 tot 12 jaar door middel van de vragenlijst van de Kindermonitor. Uit de eerstgenoemde studie naar beweeggedrag in de opvang, komt naar voren dat kinderen veel tijd zittend doorbrengen. Het verrichte onderzoek geeft aan dat maar 40 procent van de kinderen een uur per dag matig tot intensief actief bezig zijn, wat de norm is voor kinderen tussen de 4 en 12 jaar. Er bestaat in Nederland echter (nog) geen norm voor kinderen jonger dan 4 jaar. In Groot-Brittannië ligt de norm op 180 minuten bewegen per dag voor 2- tot 4-jarigen. Veel Britse kinderen halen deze norm niet en ook in Nederland is nog een lange weg te gaan voor kinderen om aan dit advies te voldoen.

Het tweede onderzoeksthema betrof het beleid in de kinderopvang voor beweegactiviteiten. Het nagenoeg ontbreken van beleid voor het beweegaanbod binnen de opvang is een van de redenen dat kinderen binnen de opvang veel tijd zittend doorbrengen. De wil bij begeleiders om meer te doen met bewegen en motorische ontwikkeling is er wel en daarnaast zijn er landelijke stimuleringsprogramma's zoals Gezonde Start. Pedagogisch medewerkers binnen de opvang geven aan dat het ontbreken van een activiteitschema en het onvoldoende opgeleid zijn om een divers activiteitsaanbod te kunnen bieden, hen ervan weerhouden om structurele activiteiten aan te bieden waarbij ze de kwaliteit en veiligheid kunnen waarborgen.

In de nieuwe Landelijke Kwaliteitsmonitor Kinderopvang (LKK) zijn vragen opgenomen over activiteiten gericht op motorische exploratie. Deze vragen zijn echter beknopt en gericht op zowel bewegingsspelen als knutselen. Wel ontstaat op basis van deze gegevens een globaal beeld over het actuele aanbod van beweegactiviteiten binnen de kinderopvang. De eerste resultaten laten zien dat binnen alle vormen van kinderopvang gemiddeld twee tot vier keer per week aandacht wordt besteed aan activiteiten die zich richten op motorische ontwikkeling, waarbij binnen de kinderdagopvang iets meer aandacht wordt besteed aan motorische ontwikkeling dan binnen de andere vormen van dagopvang. Meer gedetailleerde gegevens over de aard van het aanbod en de daaraan bestede tijd ontbreken echter. De grote variatie in aantal keer dat tijd wordt besteed aan motorische vaardigheden laat binnen alle vormen van opvang nog veel ruimte over voor verbetering. Dit zijn echter resultaten van de eerste steekproef van een driejarig onderzoek, dus meer onderzoek de komende jaren zal uitwijzen of het geschetste beeld stabiel is.

Uit deze eerste verkenning blijkt dat beweeggedrag van peuters en kleuters door diverse factoren wordt beïnvloed. Kinderen bewegen meer als ze hiertoe worden gestimuleerd en uitgedaagd. Meespelen en

aanmoediging van pedagogisch medewerkers, maar ook van andere kinderen uit de groep verhoogt deelname aan en de intensiteit van activiteiten. Wanneer er veel ruimte is en de kinderen elkaar weinig in de weg lopen zijn kinderen niet alleen actiever, maar ook vaker actief. Ook het beschikbare speelmateriaal speelt hierin een belangrijke rol. Ballen en loopauto's/fietsen leiden tot meer activiteit wanneer er voldoende ruimte is om ze te gebruiken. Zandbakken en schommels leiden juist tot zitgedrag en wachten, waardoor de activiteit afneemt. Ouders zijn een andere belangrijke factor in het ontwikkelen van beweegvaardigheden van kinderen. Wanneer ouders betrokken zijn bij beweegactiviteiten en hier thuis ook aandacht aan besteden, zijn kinderen gemotiveerder en bewegen ze ook binnen de opvang makkelijker.

Als laatste onderdeel is bij deze inventarisatie onderzocht welke erkende interventies gericht op het stimuleren van motorische vaardigheden er momenteel beschikbaar zijn voor peuters en kleuters in Nederland. Vier interventies zijn alleen op bewegen gericht, en vier interventies zijn gericht op een combinatie van bewegen en gezond eten om een gezonde leefstijl aan te leren. De vier beweeginventies zijn als erkende interventies opgenomen in de databank erkende sport- en beweeginventies en als 'goed onderbouwd' beoordeeld in de databank Effectieve Jeugdinterventies. Voor deze beweeginventies zijn echter nog geen wetenschappelijke resultaten beschikbaar over het effect op beweegvaardigheid en beweegniveau van kinderen.

We kunnen constateren dat zowel in het beleid voor kinderopvang als in de opvangpraktijk de aandacht voor motorische ontwikkeling en het ontwikkelen van beweegvaardigheid de laatste jaren lijkt toe te nemen. Voor het landelijke en lokale beleid is het van belang meer te weten te komen over het huidige niveau van beweegvaardigheden van peuters en kleuters. Daarvoor moet (meer) systematisch onderzoek worden gedaan, waarbij niet alleen wordt gekeken naar de mate waarin zij bewegen, maar ook naar de verworven vaardigheid. Mogelijk biedt de Basisdataset van de Jeugdgezondheidszorg, met gegevens van de motorische screening gedaan bij de Nederlandse consultatiebureaus in de afgelopen jaren, een basis voor een landelijk algemeen beeld. Daaraan zou ook een traject gekoppeld kunnen worden van duidelijkere normbepaling. In het buitenland is men op dit punt soms al verder gevorderd (de beweegnorm voor 4-12-jarigen - die zich overigens alleen richt op de hoeveelheid bewegen - wordt nu onverkort toegepast voor 2-4-jarigen). Hier is meer maatwerk vereist.

Over het aanbod aan beweegactiviteiten en de mate waarin dit is gericht op de ontwikkeling van fundamentele beweegvaardigheden binnen de kinderdagopvang in Nederland is nog veel onduidelijkheid. Het LKK-onderzoek biedt weliswaar een eerste indruk, maar deze is weinig gedetailleerd. Het ontbreken van duidelijke beweegerichtlijnen in de kwaliteitseisen van de kinderopvang leidt ertoe dat dit vaak niet wordt meegenomen in het beleid van de opvang en dat men hier binnen de dagelijkse taken niet structureel mee bezig is. Omdat de bereidheid van pedagogisch medewerkers binnen de opvang wel aanwezig is, kan bijscholing over het belang van bewegen en het bieden van handvatten voor een passend activiteitenaanbod een eerste belangrijke stap zijn in het structureel realiseren van activiteiten gericht op fundamentele beweegvaardigheden binnen de dagopvang in Nederland.

Door het ontbreken van een duidelijk toetsings- of normeringskader (of motorisch leerplan) voor de ontwikkeling van beweegvaardigheden voor 0-4-jarigen wordt het ook lastig de reeds voorhanden interventies voor peuters en kleuters op hun merites te beoordelen. Bij verschillende interventies gericht op bewegen en voeding zijn voorzichtig positieve resultaten vastgesteld, maar ontbreekt hard bewijs over hun effectiviteit.

Op basis van de resultaten van deze verkenning lijken de volgende vervolgacties waardevol:

- een nadere analyse van de data verzameld over motorische ontwikkeling in de NCJ databank;
- het starten van een (consensus) traject om voor 1-4-jarigen te komen tot een breed toepasbare norm goed leren bewegen - waarin aandacht is voor de ontwikkeling van beweegvaardigheden naast de hoeveelheid bewegen;
- stimuleren dat in de bestaande monitoringactiviteiten van peuters en kleuters, zoals in de Landelijke Kwaliteitsmonitor Kinderopvang en kindermontors, meer gericht of gedetailleerd informatie wordt verzameld over de motorische ontwikkeling c.q. beweegvaardigheden;
- ontwikkelen van een systematisch leerprogramma voor beweegvaardigheden voor alle 2-4-jarigen en bevorderen dat dit in het aanbod van de professionele kinderopvang wordt gevolgd;
- opstellen van een plan voor systematische kennisontwikkeling of kennisagenda rond de motorische ontwikkeling van 0-4-jarigen waarin ook getracht wordt die ontwikkeling te verbinden met een omvattende theorie.



## Referenties

Bailey, R., Hillman, C., Arent, S. & Petitpas, A. (2013). Physical activity: an underestimated investment in human capital? *Journal of Physical Activity and Health*, 10:289-308.

Barnett, L.M., Salmon, J. & Hesketh, K.D. (2016). More active pre-school children have better motor competence at school starting age: an observational cohort study. *BMC public health*, 16(1), 1068.

Barnett, L.M., Lai, S.K., Veldman, S.L., Hardy, L.L., Cliff, D.P., Morgan, P.J. & Rush, E. (2016). Correlates of gross motor competence in children and adolescents: a systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine*, 46(11), 1663-1688.

Beck, R. & Brussel, F. van (2018). *Aan de slag met erkende beweeginterventies in de kinderopvang*. Geraadpleegd 15 december 2018 van <https://www.allesoversport.nl/artikel/aan-de-slag-met-erkende-beweeginterventies-in-de-kinderopvang/>.

Beck, R. & Brussel, F. van (2018). *Spelenderwijs bewegen met de allerkleinsten*. Geraadpleegd 15 december 2018 van <https://www.allesoversport.nl/artikel/spelenderwijs-bewegen-met-de-allerkleinsten/>.

Brussel, F. van, Vervoort, J. & Beck, R. (2019). *Beweegrichtlijnen 0-4 jaar: wat zeggen buitenlandse richtlijnen?* Geraadpleegd op 4 april 2019 van <https://www.allesoversport.nl/artikel/beweegrichtlijnen-0-4-jaar-wat-zeggen-buitenlandse-richtlijnen/>.

Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development*. Cambridge: Harvard University Press.

Drenowatz, C. (2017). A focus om motor competence as alternative strategy for weight management. *J Obes Chronic Dis*, 1(2):31-38.

Ellis, Y.G., Cliff, D.P., Janssen, X., Jones, R.A., Reilly, J.J. & Okely, A.D. (2017). Sedentary time, physical activity and compliance with IOM recommendations in young children at childcare. *Preventive medicine reports*, 7, 221-226.

Fukkink, R., Groeneveld, M., Henrichs, L., Jilink, L., Leseman, P., Slot, P. & Vermeer, H. (2017). *De Nederlandse kinderopvang in wetenschappelijk perspectief*. Amsterdam, Nederland: Uitgeverij SWP.

Gubbels, J.S., Kremers, S.P., Kann, D.H. van, Stafleu, A., Candel, M.J., Dagnelie, P.C. & Vries, N.K. de (2011). Interaction between physical environment, social environment, and child characteristics in determining physical activity at child care. *Health Psychology*, 30(1), 84.

Gubbels, J.S., Kann, D.H. van, & Jansen, M.W. (2012). Play equipment, physical activity opportunities, and children's activity levels at childcare. *Journal of environmental and public health*, 2012.

Gubbels, J.S., Kann, D.H. van, Vries, N. de, K., Thijs, C. & Kremers, S.P. (2014). The next step in health behavior research: the need for ecological moderation analyses-an application to diet and physical activity at childcare. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 11(1), 52.

Janssen, I. & LeBlanc, A.G. (2010). Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. *International journal of behavioral nutrition and physical activity*, 7(1), 40.

Kwartiermakersgroep Physical Literacy (2018). *'Physical literacy': bouwstenen voor een leven lang bewegen van jong tot oud*. Ede: Kwartiermakersgroep Physical Literacy.

Kenniscentrum Sport (2018a). *Inzicht in beweegpatroon van baby's en peuters in Nederland*. Geraadpleegd van <https://www.kenniscentrumsport.nl/actueel/nieuws/9043>.

Kenniscentrum Sport (2018b). *Literatuuroverzicht effecten van lichamelijke activiteit bij 0-4-jarigen*. Geraadpleegd van <https://www.kenniscentrumsport.nl/actueel/nieuws/9045>.

Lloyd, M., Saunders, T.J., Bremer, E. & Tremblay, M.S. (2014). Long-term importance of fundamental motor skills: A 20-year follow-up study. *Adapted physical activity quarterly*, 31(1), 67-78.

Loprinzi, P.D., Davis, R.E., & Fu, Y.C. (2015). Early motor skill competence as a mediator of child and adult physical activity. *Preventive medicine reports*, 2, 833-838.

Lucassen, J.M.H. & Slot-Heijts, J. (2018). Leren bewegen: in de kinderopvang, op school, thuis, in de wijk en in de sportvereniging. In: Poel, H. van der, Hoeijmakers, R., Pulles, I. & Tiessen-Raaphorst, A. (2018). *Rapportage sport 2018*. Den Haag: Sociaal Cultureel Planbureau, 85-118.

Mehtälä, M.A.K., Sääkslahti, A.K., Inkinen, M.E. & Poskiparta, M.E.H. (2014). A socio-ecological approach to physical activity interventions in childcare: a systematic review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 11(1), 22.

Nederlandse Sportraad, Raad voor Volksgezondheid en Samenleving & Onderwijsraad (2018). *Plezier in bewegen: een oproep tot dagelijks twee keer een half uur sporten en bewegen in het onderwijs*. Den Haag: Nederlandse Sportraad.

NJi (2019). *Cijfers over jeugd en opvoeding: kinderopvang*. Geraadpleegd van <https://www.nji.nl/Databank/Cijfers-over-Jeugd-en-Opvoeding/Overzicht-van-het-jeugdstelsel-Kinderopvang>.

Overbeek, K. van, Bakker, I., Vries, S.I. de & Hopman-Rock, M. (2005). *Rol kinderopvang in de preventie van bewegingsarmoede en ongezonde voeding bij 0-4 jarigen: de rol die leid(st)ers van kinderdagverblijven en peuterspeelzalen kunnen en willen spelen bij de preventie van een ongezonde leefstijl*. Leiden: TNO.

Queiroz, D.D.R., Ré, A.H.N., Henrique, R.D.S., Moura, M.D.S. & Cattuzzo, M.T. (2014). Participation in sports practice and motor competence in preschoolers. *Motriz: Revista de Educação Física*, 20(1), 26-32.

Remmers, T., Kann, D. van, Gubbels, J., Schmidt, S., Vries, S. de, Ettema, D., & Thijs, C. (2014). Moderators of the longitudinal relationship between the perceived physical environment and outside play in children: the KOALA birth cohort study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 11(1), 150.

- Robinson, L.E., Stodden, D.F., Barnett, L.M., Lopes, V.P., Logan, S.W., Rodrigues, L.P. & D'Hondt, E. (2015). Motor competence and its effect on positive developmental trajectories of health. *Sports medicine*, 45(9), 1273-1284.
- Schipper, A.W. de, Deerenberg, H., Bouthoorn, B. & Toussaint, H. (2014). Gymmen kleuters beter met een gymleraar? *Sportgericht*, 68(3), 29-31.
- Singh, A.S., Saliassi, E., Berg, V. van den, Uijtdewilligen, L., Groot, R.H. groot, Jolles, J., & Ericsson, I. (2018). Effects of physical activity interventions on cognitive and academic performance in children and adolescents: a novel combination of a systematic review and recommendations from an expert panel. *Br J Sports Med*, bjsports-2017.
- Slot, P.L., Jepma, I., Muller, P., Romijn, B.R. & Leseman, P.P.M. (2017). *Kwaliteit van de Nederlandse kinderdagopvang, peuteropvang, buitenschoolse opvang en gastouderopvang: Landelijke Kwaliteitsmonitor Kinderopvang Meting 2017*. Utrecht: Universiteit Utrecht.
- Steenbergen, J. (2017). *Physical literacy: verkenning naar het wat, wie en hoe....* Ede: Kennispraktijk.
- Stodden, D.F., Goodway, J.D., Langendorfer, S.J., Robertson, M.A., Rudisill, M.E., Garcia, C. & Garcia, L.E. (2008). A developmental perspective on the role of motor skill competence in physical activity: an emergent relationship. *Quest*, 60:290-306.
- Veldman, S.L., Jones, R.A. & Okely, A.D. (2016). Efficacy of gross motor skill interventions in young children: an updated systematic review. *BMJ open sport & exercise medicine*, 2(1), e000067.
- Vlahov, E., Baghurst, T.M. & Mwavita, M. (2014). Preschool motor development predicting high school health-related physical fitness: a prospective study. *Perceptual and motor skills*, 119(1), 279-291.
- Volkscrant (2019, 25 februari). *Het tackelen van overgewicht begint al op het speelplein: 'Wat je nu meegeeft, nemen ze in de jaren die komen mee'*. Geraadpleegd van <https://www.volkscrant.nl/wetenschap/het-tackelen-van-overgewicht-begint-al-op-het-speelplein-wat-je-nu-meegeeft-nemen-ze-in-de-jaren-die-komen-mee--b1f3c19b/>.
- Whitehead, M. (2010). *Physical literacy: throughout the life course*. London: Routledge.
- Wick, K., Leeger-Aschmann, C.S., Monn, N.D., Radtke, T., Ott, L.V., Rebholz, C.E., & Munsch, S. (2017). Interventions to promote fundamental movement skills in childcare and kindergarten: a systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine*, 47(10), 2045-2068.
- Wilke, S., Gubbels, J.S., Mulder, S. & Kremers, S.P. (2012). Pedagogisch medewerkers als rolmodel. Preventie van overgewicht bij kinderen. *Management Kinderopvang*, 18(3), 24-25.
- Wilke, S., Opdenakker, C., Kremers, S P. & Gubbels, J.S. (2013). Factors influencing childcare workers' promotion of physical activity in children aged 0-4 years: a qualitative study. *Early Years*, 33(3), 226-238.



Mulier Instituut | Sportonderzoek voor beleid en samenleving  
Herculesplein 269 | 3584 AA Utrecht | Postbus 85445 | 3508 AK Utrecht  
T +31 (0)30 721 02 31 | [info@mulierinstituut.nl](mailto:info@mulierinstituut.nl) | [www.mulierinstituut.nl](http://www.mulierinstituut.nl)